

ЧЕРЕПОВЕЦКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

# АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ЭКОЛОГИИ И ЗДОРОВЬЯ ЧЕЛОВЕКА

*Материалы III Международной  
научно-практической конференции  
(Череповец, 10 марта 2015 г.)*

Череповец  
2015

УДК 574  
ББК 20.1 + 51.1(2)  
А 43

Одобрено НТС ФГБОУ ВПО ЧГУ,  
протокол № 4 от 17.12.14 г.

Редакционная коллегия:

*З.С. Варфоломеева* – канд. пед. наук, доцент

*В.Ф. Воробьев* (гл. ред.) – канд. биол. наук, доцент

*В.Я. Шестаков* – д-р мед. наук, профессор

*Н.Я. Поддубная* – канд. биол. наук, доцент

**А 43     Актуальные проблемы экологии и здоровья человека:** Материалы  
III Междунар. науч.-практ. конф. (Череповец, 10 марта 2015 г.) / Отв. за  
вып. В.Ф. Воробьев. – Череповец: ФГБОУ ВПО ЧГУ, 2015. – 236 с.

ISBN 978–5–85341– 643 – 7

Сборник содержит материалы III Международной научно-практической конференции «Актуальные проблемы экологии и здоровья человека». Представлены статьи ученых Белоруссии, Казахстана, России и Украины, в которых изложены основные теоретико-методические и практические положения эколого-биологических исследований в естественных и антропогенных экосистемах. В сборнике раскрыты медико-биологические и психолого-педагогические аспекты физического воспитания, спортивной тренировки, туризма и адаптивной физической культуры, рассмотрены вопросы укрепления здоровья человека и обеспечения безопасности жизни.

Материалы адресованы специалистам в области экологии, физической культуры и спорта, тренерам и спортсменам. Могут быть полезны преподавателям вузов, студентам бакалавриата и магистратуры различных направлений подготовки в сфере физической культуры и биологии.

УДК 574  
ББК 20.1 + 51.1(2)  
А 43

**ISBN 978–5–85341–643–7**

© Коллектив авторов, 2015  
© ФГБОУ ВПО «Череповецкий государственный университет», 2015

## **Отношение студентов к проблеме табакокурения**

*Введение.* Табакокурение широко распространено во всех странах мира и является одним из главных факторов развития большого количества заболеваний [4].

Всемирная организация здравоохранения считает курение одной из глобальных угроз здоровью и благополучию населения планеты.

Данная проблема остается актуальной как во всем мире, так и в нашей республике. Это подтверждают результаты статистической обработки. По данным Министерства статистики и анализа Республики Беларусь, в возрасте 30–39 лет количество курящих среди мужчин составляет 64,8%, среди женщин – 14,9%; 34,2% курящих являются подростками в возрасте 14–17 лет; 73% заядлых курильщиков попробовали курить до 17 лет, т.е. еще в период обучения в школе.

Наряду с активным курением, вызывает тревогу пассивное курение, так как экспозиция вторичным табачным дымом также опасна, как и дым главного потока, который вдыхает активный курильщик [5].

Более 50% населения подвергается ежедневному пассивному курению, многократно увеличивая риск развития болезней сердца, рака легких и других тяжелых заболеваний. Воздействию табачного дыма граждане Республики Беларусь, как правило, подвергаются в ресторанах, кафе, развлекательных клубах, вокзалах, гостиницах, а также в транспорте дальнего следования. Чаще всего люди сталкиваются с пассивным курением на остановках общественного транспорта (40%), на работе/учебе (39,4%), в гостях (32,2%).

Курение сокращает ожидаемую продолжительность жизни курящих людей на 5–7 лет по сравнению с некурящими людьми. Смертность среди курящих примерно на 30–80 % выше, чем среди некурящих, и возрастает по мере увеличения количества выкуриваемых сигарет. Ещё выше она среди тех, кто начал курить в молодом возрасте. В Беларуси от болезней, связанных с курением, ежегодно умирает около 15,5 тысяч человек.

Одной из основных причин начала курения является любопытство. По данным социологических опросов, в Беларуси в возрастной группе от 16 до 29 лет доля курящих составляет свыше 43% [1]. В некурящих семьях курящими становятся не более 25 % детей, в курящих семьях число курящих детей превышает 50%. У многих курение объясняется подражанием курящим товарищам [2].

Курение учащейся молодёжи вызывает тревогу по нескольким причинам.

Во-первых, те, кто начал ежедневно курить в подростковом возрасте, обычно курят всю жизнь.

Во-вторых, курение повышает риск развития хронических заболеваний (заболевание сердца, рак, эмфизема легких).

В-третьих, хотя хронические заболевания, связанные с курением, обычно появляются только в зрелом возрасте, подростки-курильщики чаще страдают от кашля, дисфункции дыхательных

путей, образования мокроты, одышки и других респираторных симптомов [4].

Подросток – это не совсем копия взрослого по всем параметрам. У него еще в стадии развития находятся все системы и органы, свои особенности имеет и состояние обмена веществ в организме. Поэтому подросток значительно чувствительнее, уязвимее к действию любых вредных веществ, в том числе и табачных ядов, чем взрослый человек [3].

*Методы и организация исследования.* Проведено анкетирование студентов факультета организации здорового образа жизни. Опрошены 225 человек, в том числе 123 юноши и 102 девушки.

*Результаты и их обсуждение.* Анализ анкет позволил установить отношение студентов к курению: 63% юношей и 57,1% девушек осуждают курение, 37% юношей и 42,9% девушек проявляют безразличие к курению.

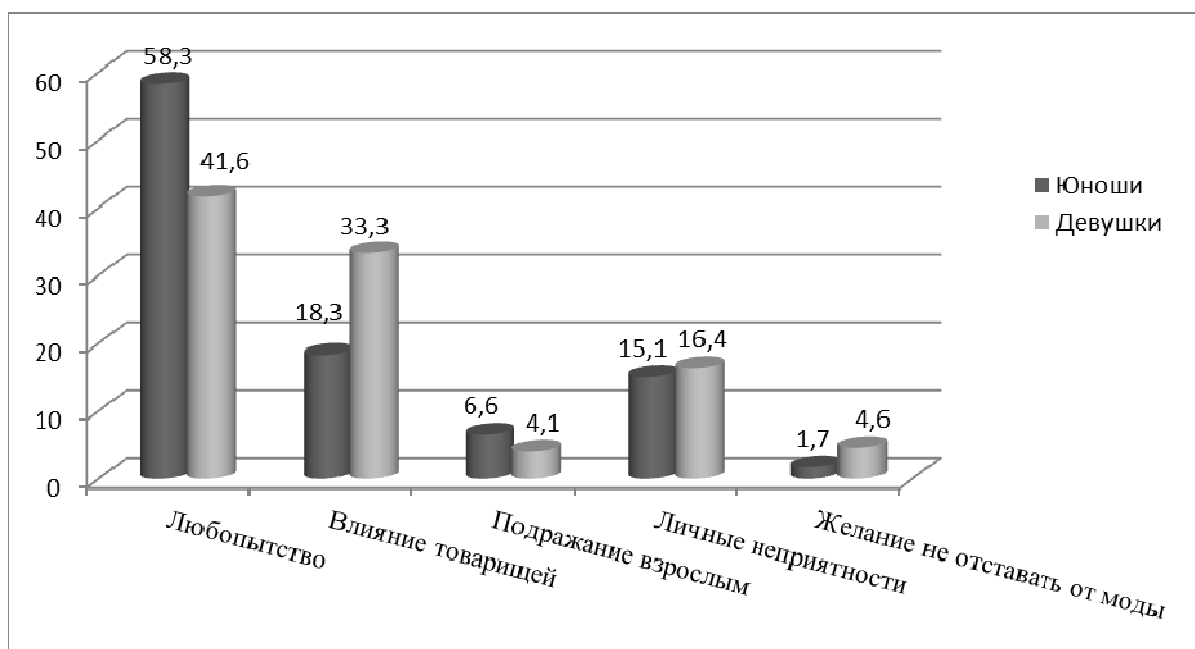
С понятием «пассивное курение» знакомы 85,1% юношей и 90,5% девушек, незнакомы – 10,4% юношей и 7,1% девушек; 14,9% юношей и 2,4% девушек затрудняются дать определение данного понятия; 76,1% респондентов-юношей и 71,4% девушек имеют курящих родственников и друзей.

86,6% юношей и 100% девушек считают, что курение оказывает вред их здоровью. При этом 76,1% юношей и 57,9% девушек пробовали курить. Средний возраст, в котором респонденты попробовали курить, составляет 13–15 лет.

Выявляя причины начала курения, мы установили, что основной причиной начала курения как девушек, так и юношей является любопытство. Так ответили 58,3% юношей и 41,6% девушек. Результаты опросов представлены на рисунке.

Согласно данным анкет, регулярно (ежедневно) курят 7,5% юношей и 4,8% девушек; иногда курят 5,9% юношей и 14,4% девушек; экс-курящими являются 20,9% юношей и 4,8% девушек.

При этом выявлено, что 42% курящих задумывались о том, чтобы бросить курить, 16% опрошенных думают об этом постоянно и 21% студентов никогда не задумывался над этим вопросом.



Результаты опросов студентов по проблеме курения

Изучая отношение респондентов к антитабачной рекламе, мы выявили, что 35,2% юношей и 54% девушек поддерживают антитабачную рекламу, остальные студенты к данному мероприятию относятся безразлично.

Результаты анкетирования свидетельствуют о том, что первое место занимает ответ о прекращении производства табачных изделий. Так ответили 68,7% опрошенных, 43,1% студентов выбрали ответ: «Не продавать табачные изделия». 31,2% респондентов считают, что действенным мероприятием является повышение цены на данный товар, а 28% поддерживают профилактические мероприятия (беседы, круглые столы, семинары).

**Выводы.** Результаты проведенного исследования показывают необходимость индивидуального подхода к курящим студентам с целью предотвращения табачной зависимости среди молодого поколения. Осознание данной проблемы самими курящими является очень важным аспектом для ее решения.

#### Литература

1. Бадмаев, С.А. Психологическая коррекция отклоняющегося поведения школьников: монография / С.А. Бадмаев. – М.: Магистр, 1999. – 96 с.

**Раздел 1. Теоретические основы и методические аспекты укрепления здоровья человека и обеспечения безопасности жизни**

---

2. *Галагузова, М.А.* Социальная педагогика: курс лекций / М.А. Галагузова [и др.]; под общ. ред. М.А. Галагузовой. – М.: ВЛАДОС, 2003. – 416 с.

3. *Касаткин, В.Н.* Здоровье: программа профилактики курения в школе / В.Н. Касаткин [и др.]; под общ. ред. В.Н. Касаткина. – М.: Образование и здоровье, 2003. – 132 с.

4. *Максимчук, В.П.* Табакокурение / В.П. Максимчук, А.А. Александрова. – Минск: ОДО «Геопринт», 2006 – 125 с.

5. Орлова, Л. Самый легкий способ бросить курить / Л. Орлова. – Минск: Харвест, 2007. – 160 с.

## Содержание

### **Раздел 1. Теоретические основы и методические аспекты укрепления здоровья человека и обеспечения безопасности жизни**

<i>Варфоломеева З.С., Изаак С.И.</i> Электронный научно-практический журнал как средство информационного сопровождения научных исследований по проблемам физического воспитания и здоровья .....	7
<i>Клочко Н.В.</i> Отношение студентов к проблеме табакокурения .....	12
<i>Купчишин А.И., Купчишин А.А., Таипова Б.Г., Тронин Б.А., Ниязов М.Н.</i> Экспериментальные исследования пространственных распределений пучка электронов в воздухе .....	16
<i>Панкова Н.Б., Котенев А.В., Латанов А.В.</i> Адаптивные реакции организма к процедуре БОС-коррекции .....	20
<i>Попова Г.А., Сазанова М.Л., Демина Н.Л., Сазанов А.В.</i> Оценка физического здоровья студентов первого курса Вятского государственного гуманитарного университета .....	24
<i>Пристинская Т.Н., Федоров А.П.</i> Формирование валеологического мировоззрения школьников в процессе сюжетных подвижно-познавательных мероприятий .....	29
<i>Пристинский В.Н.</i> Формирование валеологического мировоззрения студентов на основе стандартов критического мышления в процессе профессионально-педагогической подготовки .....	33
<i>Руснак И.Т., Тащук В.К., Минтянская И.А.</i> Физическая активность и изменение способа жизни в рекомендациях по лечению артериальной гипертензии .....	38
<i>Сорокина С.А.</i> Развитие самостоятельности через формирование культурно-гигиенических навыков у детей раннего возраста .....	43
<i>Толчева А.В.</i> Укрепление опорно-двигательного аппарата студентов университетов специальной медицинской группы на внеаудиторных занятиях хатха-йогой .....	47
<i>Тюмасева З.И., Рупицева С.В.</i> Формирование толерантности у школьников при совместной деятельности педагога и семьи как основы здорового образа жизни .....	52
<i>Шарикало Н.А.</i> Физическая культура и спорт как средство профилактики подростковой наркомании .....	56
<i>Rusnak I.T., Tashchuk V.K., Tarnovski A.I., Lazarenko O.P., Lesyuk G.Z.</i> Water and food quality as the main factors that affect human health .....	61



## Раздел 2. Эколого-биологические исследования в естественных и антропогенных экосистемах

<i>Гостева А.В., Цветкова Ю.Н., Читова А.К.</i> Трофические связи инвазивного вида американской норки – <i>Neovison vison</i> .....	65
<i>Дели А.Д., Афанасьева Н.Б.</i> Онтогенетическая и возрастно-виталитетная структура популяций <i>Xanthoria parietina</i> (L.) Th. Fr. в Дарвинском заповеднике .....	70
<i>Есырев О.В., Купчишин А.И., Костюк Т.П., Мухамеджанов Э.К., Ходарина Н.Н.</i> Наличие тяжелых металлов в представителях флоры и фауны озера-накопителя Сорбулак .....	74
<i>Иванова Е.С., Поддубная Н.Я., Комов В.Т.</i> Накопление и распределение ртути в почве различных биотопов окрестностей г. Череповца .....	77
<i>Купчишин А.И., Есырев О.В., Ходарина Н.Н., Шаханов К.Ш.</i> Оптические исследования морфологии загрязненных тяжелыми металлами биообъектов .....	82
<i>Курузов М.Н.</i> Влияние образа жизни и факторов внешней среды на репродуктивное здоровье мужчин .....	86
<i>Мишенева М.А., Петрова В.В.</i> Фауна паразитов плотвы ( <i>Rutilus rutilus</i> ) Шекснинского плеса Рыбинского водохранилища в районе поселка Вичелово .....	90
<i>Смелова К.В., Власова Е.А., Добрынин А.П.</i> Геоботанические особенности и продуктивность фрагментарных ильмовых лесов Вологодской области .....	95
<i>Шматова Ю.В., Коломийцев Н.П., Короткова Т.Б., Поддубная Н.Я.</i> Условия существования грача и серой вороны в период гнездования в городе Череповце .....	99

## Раздел 3. Медико-биологические аспекты физического воспитания, спортивной тренировки, туризма и адаптивной физической культуры

<i>Белова Е.Л., Румянцева Н.В.</i> Особенности показателей ритма сердца квалифицированных лыжников под воздействием нагрузок различной интенсивности .....	103
<i>Воронин Д.М.</i> Использование экспериментальной методики реабилитации баскетболистов с посттравматическим болевым синдромом пояснично-крестцового отдела .....	108
<i>Гришина Е.В., Солдатенкова А.И.</i> Адаптивная физическая культура в системе реабилитации дошкольников с тяжелыми нарушениями речи .....	113

<i>Догадова М.Ф., Солдатенкова А.И.</i> Коррекционная программа развития мелкой моторики рук у умственно отсталых детей .....	117
<i>Захарьева Н.Н.</i> Прогностическое значение физиологических характеристик юных игроков в настольный теннис с различной латерализацией функций .....	122
<i>Ильин А.Б., Ёлов А.А., Нурбеков М.К.</i> Генотипические факторы продуктивности спортивных команд .....	127
<i>Калюжин В.Г., Курилович О.А.</i> Адаптивная физическая культура при воспитании координационных способностей у школьников с умственной отсталостью .....	132
<i>Криволапчук И.А., Чернова М.Б.</i> Факторная информативность показателей физической работоспособности и двигательной подготовленности детей 11–12 лет .....	136
<i>Курилович О.А., Пальвинская Л.В.</i> Специфика развития координационных способностей у школьников с умственной отсталостью лёгкой степени .....	139
<i>Тамбовцева Р.В.</i> Лимитирующая роль факторов дыхания при кратковременных мышечных нагрузках анаэробного характера .....	144
<i>Колосова Е.В., Халявка Т.А.</i> Электронейромиографическая характеристика квалифицированных спортсменов, занимающихся греблей на байдарке и каноэ .....	147
<i>Максимихина Е.В., Меркулова Е.А.</i> К проблеме выбора нетрадиционных средств физической культуры в профилактике варикозного расширения вен нижних конечностей .....	152
<i>Чайко Н.А., Пальвинская Л.В.</i> Воспитание мелкой моторики у детей с умственной отсталостью средствами адаптивной физической культуры ...	156
<i>Чернякевич О.М., Бачковский Б.И.</i> Влияние последствий острого нарушения мозгового кровообращения на уровень развития мелкой моторики рук у пациентов .....	159
<i>Шестаков В.Я.</i> Мнительность или болезнь? Коррекция характерологических особенностей методами пролонгированно-канальной рефлексотерапии .....	163
<i>Яцко О.В., Пальвинская Л.В.</i> Влияние программы адаптивной физкультуры на координационные способности детей с нейросенсорной тугоухостью .....	167
<i>Apokin V.V., Povzun A.A.</i> Nonspecific adaptability and features in students of sports faculty in conditions of zone time offset .....	171
<i>Vorobjov V.F.</i> Possibility of using of simple motor tasks as standard exercises for an assessment of ability to operate muscles .....	176

#### **Раздел 4. Психолого-педагогические аспекты физического воспитания, спортивной тренировки, туризма и адаптивной физической культуры**

<i>Богданова Т.Б.</i> Физическая культура как фактор социализации лиц с отклонениями в состоянии здоровья .....	181
<i>Любарская Э.В.</i> Определение средств и методов развития скоростно-силовых способностей у юных бегунов на средние дистанции .....	186
<i>Максимова С.Ю.</i> Содержание методики коррекции ходьбы у детей 5–6 лет с задержкой психического развития .....	194
<i>Полторацкая А.С., Филенко И.Ю., Колотовкин В.А.</i> Совершенствование учебно-воспитательного процесса учеников 10–11 классов средствами компьютерной программы «Физическое воспитание» .....	198
<i>Полянская Н.В., Чернова М.Б., Герасимов М.М.</i> Срочные эффекты влияния физической нагрузки аэробного характера на психологические аспекты функционального состояния первоклассников .....	202
<i>Полянская О.С., Гулага О.И., Москалюк И.И.</i> Психолого-педагогические аспекты тренировки спортсменов .....	207
<i>Пристинская Т.Н., Ольшанская Н.А.</i> Факторы, определяющие психологическую надежность спортсмена в соревновательной деятельности .....	210
<i>Пристинский В.Н., Гейтенко В.В.</i> Оздоровительная функция физической культуры и спорта в социализации детей и подростков .....	215
<i>Саенко В.Г.</i> Рекреационный туризм в форме занятий восточными единоборствами .....	220
<i>Сибарнова Е.С., Мельников А.А.</i> Обзор современных коррекционных методик на основе лечебной верховой езды у детей .....	225
<i>Симонова Д.Ю., Приходько В.И.</i> Особенности психофизического состояния детей 5–6 лет с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью .....	228
<i>Филенко Л.В., Филенко И.Ю., Дедакова М.С.</i> Научно-методические основы организации учебно-тренировочного процесса студентов с нарушением здоровья с использованием информационных технологий .....	232